



Sobremesas

Doces de Colher

Pudim de leite em pó

80 min.

Fácil

Económico

6 doses

Ingredientes

- 5 ovos
- 1 copo açúcar
- 1 copo Leite em Pó Nido
- 500 ml leite
- 1 chávena de açúcar
- 1 chávena de água

Informação nutricional

Energia	149,9 kcal	7%*
Proteínas	7,4 g	15%*
Lípidos	6,0 g	9%*
Hidratos de Carbono	16,8 g	6%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Para a calda leve os ingredientes ao lume até obter o ponto de caramelo.
- 2 Depois despeje na forma de pudim e reserve.
- 3 Para o pudim bater todos os ingredientes no liquidificador por 5 minutos.
- 4 Despejar sobre a calda de caramelo.
- 5 Vai ao forno a cozer em banho maria durante 1 hora